

中学生，高校生，大学生の食生活を中心とする生活習慣と
怒りの表出との関係

○富永美穂子* 清水益治** 森 敏昭* 佐藤一精* (*広島大，**大阪樟蔭女大)

〔目的〕近年，若年者の「キレる」に代表されるような突然の感情的爆発あるいは攻撃的行動が社会問題の一つとなっている。これらは怒りの一形態といえ，このような怒りと食生活との関連が一部で指摘されている。これまで著者らは，食生活と精神的健康度を測定する尺度として利用したUPI(University Personality Inventory)が関連を示すことを明らかにしてきている。そこで，怒りの表出についても食生活を中心とする生活習慣と関連があるのかどうかについて，中学生，高校生，大学生の発達段階別，性別に検討することとした。

〔方法〕現在の日常生活状況に関する項目として，睡眠や健康状態，ストレス等，食生活に関する項目として味の好み，よく食べる調理法，食品の摂取頻度等，および怒りの表出に関する項目，UPIについて，広島大学の学生および広島大学附属中・高等学校の生徒，合計492名(有効回答数)にアンケート調査を行った。調査の集計および解析には統計用ソフトSTATISTICAを使用し，分散分析等を行った。

〔結果〕怒りの表出型は発達段階に従い，怒り外向型の得点が低くなる一方で，内向型，制御型得点が上昇する傾向にあった。男子が女子よりも制御型得点が高かった。怒りの表出と日常生活項目に関しては，ストレス状態などのいくつかの項目と怒り外向型，怒り内向型と有意な関連が認められた。怒りの表出と味の好みについては，女子の場合に発達段階に関係なく，塩気のあるもの，香辛料の効いたものの好みと怒り外向型との間で正の相関傾向があった。怒りの表出とよく食べる調理法および食品の摂取頻度については，怒り外向型と有意な関連を示す項目が比較的多く認められた。